

氏 名	渡 辺 克 徳
学 位 の 専 攻 分 野 の 名 称	博 士（教育心理学）
学 位 記 番 号	乙文第131号（文部科学省への報告番号乙第369号）
学位授与の要件	学位規則第4条第2項該当
学位授与年月日	2016年2月26日
学 位 論 文 題 目	認知行動療法における認知変容過程の分析と検証に関する研究 —メタ認知構造に注目して—
論文審査委員	（主査） 教 授 中 澤 清 （副査） 教 授 米 山 直 樹 佐 藤 寛（関西大学社会学部心理学専攻准教授）

論 文 内 容 の 要 旨

渡辺克徳氏の博士申請論文「認知行動療法における認知変容過程の分析と検証に関する研究—メタ認知構造に注目して—」は9の研究で構成され、治療構造や治療要因が明確ではない認知行動療法において、治療要因をメタ認知に置き、治療モデルを提唱した意欲的な研究である。

第1章では認知行動療法について、第1世代の行動療法、第2世代の認知行動療法について概観し、第3世代において学習理論が避けてきた認知や言語との関係について、また情報処理理論が注意制御やメタ認知などの機能に注目するようになってきたことを踏まえ、やや世俗の治療法から発展したマインドフルネス認知療法における認知の中の一過性に過ぎゆく「気づき」が臨床利用において重要なのではないかという提案を行っている。

第2章においてはメタ認知の定義と分類を行い、メタ認知的知識とメタ認知的活動の関係を認知行動療法の臨床的視点から概観している。メタ認知的活動は、ネガティブに歪んだ思考や不安が抑うつなどの不適切な情動を言語化していくことにより自動思考の存在に気づくと推論し、ネガティブな思考を排除しようとするのではなく、ネガティブな思考から距離を置いたり、ポジティブなメタ認知的知識を持ったりして、セルフコントロールが可能となると考察している。

第1章、第2章をうけ、第3章は認知行動療法とは認知の歪みを取り扱うのであるが、臨床場面では適用が簡単ではないこと、認知の歪みの修正がどのように治療効果と結びついているのか不明瞭であり、新たな治療構造モデルを構築するという本論文の目的について述べている。

第4章からは本論文の出発点であるエリス, A. のABCモデルを抑うつ状態の人に適用し、不合理な思考が抑うつ状態を引き起こすという仮説を前提に、2つの研究で大学生を対象にした質問紙調査を行った。そして不合理な信念を持つが抑うつにならない人について自己意識理論モデルから検証を行った。

第5章では第4章の量的研究に限界を感じ、臨床場面で病気の人たちのメタ認知をとらえるかという質的研究法を用い、認知変容過程の解明を行っている。ここではグラウンデッド・セオリー・アプローチによって臨床事例をコーディングし、それによって構成されるカテゴリーの関係性から生じる階層的な仮説モデルを生成している。コーディングされたやりとりを比較・分割・統合という手続きによって、同意、キーワード産出、自己理解（モニタリング）、治療の方向性（コントロール）、メタファーという治療要因に基づくメタ認知構造を考慮に含めた階層的治療モデルを完成させた。それを臨床事例に当てはめ、修正した仮説モデ

ルを作成し、さらに事例を当てはめるという手続きを繰り返すことによりクライアント - 治療者の治療関係を詳細に分析した最終的なモデルを提案した。

この仮説モデルの中で特徴的、独創的な点は治療関係の中で用いられるメタファー機能の重視である。クライアントから投げかけられるメタファーによって治療方針を明確にでき、クライアント自身が自己理解を深めるということから、メタファーを別の事例に当てはめ、他の治療因子と共に治療全体に関与していることを示した。

第6章は前章で提案したメタ認知を考慮した階層的治療モデルの臨床的応用研究で、3つの治療事例からなり、幻聴を主訴とする統合失調症患者にはメタ認知的関わりによって幻聴から距離を置くスキルを身につけ、また難治性の双極性障害患者には配偶者の力を借りた働きかけによってメタ認知を高めたという2事例の分析から、第5章で提唱されたメタ認知構造治療モデルが単一プロトコルによる診断横断的治療に有効であることが検証された。また統合失調症や双極性障害のみならず、精神科デイケアで治療事例として、治療に当たるスタッフと患者自身が普段の関わりの中に、メタ認知的立場から効果的な視点を持ちうることを示唆された。

第7章では医師や看護師などの精神科スタッフにメタ認知治療構造からの関わり方についての講義をし、アンケートを採ったところ精神障害者の理解には有用だという結果が得られた。患者のモニタリングやコントロール機能をとらえることが統合失調症やうつ病の精神状態を理解することにつながり、患者自身の理解に結びつくと評価された。

第8章は、この研究で得られた知見が実際の医療現場でどのような意義があるかを検討した総括的考察である。当然限界もあるが、最新の研究の中で実践性と科学性を高めるために研究を重ねていくことが必須であると結論している。

論文審査結果の要旨

渡辺克徳氏の博士申請論文「認知行動療法における認知変容過程の分析と検証に関する研究—メタ認知構造に注目して—」は、著者が15年にわたる病院臨床の中で、丁寧に積み上げてきた実践研究をまとめたものである。申請論文は9の研究で構成され、認知行動療法に至るアナログ研究と、認知行動療法での問題点の指摘、それを踏まえ新たな治療モデルの構築、その臨床応用と、その分析、さらにその治療モデルが単一の疾病に対してではなく診断横断的に応用できることを示した完成度の高い研究である。

この論文の中心は5章のメタ認知に焦点を当てた治療モデルの構築にある。メタ認知とは自分自身の思考や行動を把握することであり、最近になり学校教育現場で注目されてきた概念である。渡辺氏は15年の臨床体験および臨床的直観から、瞑想という世俗療法的なものが2000年頃から現代的な治療法となったマインドフルネス認知療法に関心を持ち、それにメタ認知概念を組み込んで、意識あるネガティブな思考や感情から距離を置く方法を構成することを試みようとした。渡辺氏はネガティブな思考や感情を修正しても、症状が改善しない症例に出くわし、認知の変容ではなく、一時的でもそこから目をそらす方向への心理技法を作り出そうとした。

認知行動療法が疾病に対し効果をおよぼすのは、自己についてのモニタリングとコントロールにあるのではないかという、これまでの認知行動療法では明らかにされていなかったメタ認知との関係を示し、その上でメタ認知を促進させる要因としてメタファーを用い、メタファーが治療モデルの多くの治療要素に関係していることも明らかにした。メタファーを使用して治療効果を上げていることはこれまで知られてはいたが、なぜ効果が上るのかということについての研究はなかった。渡辺氏はメタファーがモニタリングに作用することを証明し、認知行動療法研究が避けてきた治療要素に挑戦的に切り込もうとしたのである。しかし論文

の中にも言及されているが、治療者と患者とのやり取りの中で、何がメタファーで、何がそうでないかを限定することの困難性から、さらに進んだ踏み込みができていないことが惜しまれる。とは言え、メタファーを用いなくても、治療モデルに則った適切なモニタリングを、家族や治療スタッフが協力して認知的側面に働きかければ十分な効果を上げることができることも示されている。

自分の置かれている状況を的確にモニタリングすることは、一時的にせよ問題と距離を置くことであり、その積み重ねにより治療効果を上げていくことに成功したと言える。認知の歪みがあっても、これまでの認知行動療法が対応困難であるような事例に対しても、介入を容易にし得る技法であるところに独創性、革新性がある。

また認知行動療法は症例毎にプロトコルを設定する必要があるが、この新しい治療モデルは診断横断的に統一された単一のプロトコルを用いて症状にアプローチできることが検証され、治療対応に苦勞する症例に対して対応可能であることは大きな成果である。

渡辺氏の研究は認知療法学会で評価され、その成果は深化され発展し、従来の認知行動療法を越えて、多くの症例に対応可能であることを推測させ、実践症例が増えていくことを予感させる。有効性が期待されるメタファーを含めた技法の展開が望まれる。

博士論文公開発表会は2016年1月29日に開催され、引き続き実施された口頭試問では、公開発表会で示した治療モデルの完成度を確認する方向で質疑応答を行い、最近の認知行動療法の諸相や問題点、メタ認知を用いた治療法への展望を語ってもらった。メタファーを用いた技法を高く評価しつつ、さらなる課題設定をし、深めていくことをお願いした。

以上、審査委員会は本博士論文を慎重に審査し、公開発表、口頭試問における結果から、渡辺克徳氏が博士（教育心理学）の学位を授与されるに値するとの結論に達し、ここに報告する。